



RECOMENDACIONES SANITARIAS GENERALES Y ESPECIFICAS - JUEGOS PARALIMPICOS - RIO 2016

VISADO POR **Agustín Benito Llanes.**

Director Centro Nacional de Medicina Tropical.

Instituto de Salud Carlos III.

Vacunas recomendadas

Es importante que todos los viajeros tengan administradas las vacunas previstas en el Calendario de Vacunación Infantil del Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud y el Calendario de Vacunación del Adulto del MSSSI (Ver: <https://www.msssi.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/vacunaciones/docs/recoVacunasAdultos.pdf> y https://www.msssi.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/vacunaciones/docs/TetanosDifteria_2009.pdf)

➤ **VACUNACION**

Centros vacunación internacional y consulta del viajero

<http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/centrosvacu.htm>

➤ **RECOMENDACIONES DE VACUNACION**

1. Tétanos-difteria

- a. TODOS DEBEN TENER ACTUALIZADA VACUNACION PARA AMBAS –RIESGO UNIVERSAL. Consultar con MAP Y/O CENTRO NACIONAL DE VACUNACION INTERNACIONAL.

1. SI PRIMOVACUNACION: 3 DOSIS.
2. Si BIEN VACUNADOS (al menos 5 dosis en la infancia/adolescencia + una 6ª en la juventud temprana: 30-40 años) NADA.

- En caso de producirse una herida, el tipo de profilaxis antitetánica que se requiere depende de la naturaleza de la lesión y la historia de vacunaciones previas.
- No obstante no es necesario el recuerdo si la última dosis de la vacuna antitetánica se ha recibido hace menos de 5 años (para heridas sucias) y hasta 10 años (para heridas limpias).

2. Triple vírica (sarampión, rubeola, parotiditis epidémica)

SI PRIMOVACUNACION: 1 DOSIS SOLO SI NO SE TIENE CERTEZA DE NO ESTAR VACUNADO. SEROLOGIA.



3. Hepatitis A (endémica alta)

Se recomienda. Los vacunados con dos dosis con anterioridad no precisan revacunación ni refuerzo.

Se administrará 1ª dosis para la inmunización inicial, en lo posible al menos dos semanas antes del inicio del viaje, y una segunda dosis de recuerdo, a administrar desde los 6 meses posteriores a la primera hasta 5 años después, con objeto de completar la pauta vacunal y garantizar la inmunidad a largo plazo.

4. Hepatitis B (endémica media-alta)

Se recomienda medidas de prevención rigurosas y vacunación.

NOTA: Existen vacunas combinadas de hepatitis A y B, con las mismas pautas que las de la hepatitis B.

5. Fiebre tifoidea

a. Se recomienda en viajes de más de 15 días y personas de riesgo. Consulta a SANIDAD EXTERIOR. Para el viaje a Brasil se recomienda la administración de Thyphim Vi® inyectable o de la vacuna oral Vivotif®. La protección comenzará igualmente unos 7 días de terminada la administración.

b. MEDIDAS PREVENTIVAS: LO MÁS IMPORTANTE.

6. RABIA: No se vacuna antes de ir, pero si mordedura por perro o mono en Rio allí se debe vacunar.

➤ **PREVENCIÓN INFECCIONES POR VECTORES: mosquitos**

1. **DENGUE + FIEBRE CHIKUNGUNYA + ZIKA:** No hay una vacuna o medicamento para prevenir la infección o la enfermedad por el CHIKV ni para el DENGUE. El **virus Zika** tiene características similares a los anteriores, mismos vectores, y hay epidemia en Brasil y centro-Sudamérica.

- ✓ Condiciones ambientales y socioculturales. Utilice mallas o tela metálica en las ventanas y puertas, evitar aguas estancadas...
- ✓ De ser posible evite estar a la intemperie en las horas de mayor densidad de mosquitos (en la mañana temprano y en el atardecer).
- ✓ De ser posible utilice camisas de manga larga y pantalones largos, de colores claros.
- ✓ Use mosquiteros en las camas si su habitación no tiene acondicionador de aire.
- ✓ Aplique repelente contra insectos, pero sólo la cantidad suficiente para cubrir la piel y/o ropa expuesta, evitando rozaduras, piel irritada, lesiones cutáneas, pliegues, especialmente en niños, evitando su aplicación excesiva y reiterada.
- ✓ Evite aplicarlo y úselo cuidadosamente alrededor de los ojos, boca y oídos. Nunca que contacte con mucosas.



- ✓ Para protección adicional, rocíe el mosquitero y la ropa de cama con insecticida (permetrina).
- ✓ Rocíe con insecticidas en su habitación antes de la hora de acostarse. Use aplicadores eléctricos de pared como repelente.
- ✓ USAR REPELENTES DE INSECTOS que contengan un 40-45% de DEET (N,N-Dietil-meta-toluamida) o un 20% de Icaridin (picaridina). Marca comercial más conocida RELEC.
- ✓ En caso de utilizar también protección solar, poner ésta unos 15-20 minutos antes de aplicar el repelente. No son recomendables los productos que combinan protección solar y repelente porque las instrucciones para el uso de cada uno de ellos son diferentes.

2. RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS TRAS ALERTA X ZIKA

- a. **El uso de mosquiteros, ya sea impregnados en insecticidas (permetrinas) es esencial** si el alojamiento no está adecuadamente climatizado. Es aconsejable pernoctar en alojamientos con aire acondicionado al no ser éste el hábitat idóneo de mosquitos:
 - ✓ Duerma cubierto por un mosquitero si el área donde duerme está en el exterior o si las puertas y ventanas no tienen malla de tela metálica.
 - ✓ Seleccione un mosquitero recomendado por la Organización Mundial de Salud identificado como WHO Pesticides Evaluation Scheme – WHOPES-, que reúnen las siguientes características: compacto, blanco, con 156 agujeros por pulgada y lo suficientemente largo para poderse ajustar debajo del colchón.
- b. Los viajeros con trastornos inmunitarios, enfermedades crónicas graves **deben consultar en un Centro de Vacunación Internacional previamente al inicio de su viaje.**
- c. Se recomienda a **las mujeres embarazadas o que están tratando quedarse embarazadas** y que planean viajar a las zonas afectadas por la transmisión del virus Zika que **pospongan sus viajes si no son esenciales. En caso de que no sea posible retrasar el viaje, deben extremar las medidas de precaución** necesarias para evitar las picaduras de mosquitos.
- d. **Viajeros que regresan de las áreas afectadas por el virus Zika:**
 - ✓ **Aquellos viajeros que presenten síntomas compatibles con la enfermedad por virus Zika**, dentro de los 15 días siguientes al regreso de una zona afectada, deben recibir atención médica y señalar al profesional sanitario su estancia previa en ese país.
 - ✓ **No deben tomar aspirina, ni AINEs** como el ibuprofeno.



- ✓ Deben descansar y beber mucho líquido.
- ✓ Tienen que prevenir picaduras de otros mosquitos para evitar la propagación de la enfermedad.
- ✓ En el caso de mujeres embarazadas, se debe confirmar el diagnóstico y realizar un seguimiento específico durante el embarazo.
- ✓ Aquellas mujeres **embarazadas que hayan viajado a zonas con transmisión del virus Zika** deben mencionar su viaje a dichas zonas durante las visitas prenatales con el fin de ser evaluadas y monitorizadas adecuadamente.

3. MALARIA (Paludismo) - FIEBRE AMARILLA

- a. **FIEBRE AMARILLA:** NO "PROFILAXIS FARMACÓLOGICA" si estancia en RIO. Bajo riesgo en Río de Janeiro, Sao Paulo, Salvador, Recife, Fortaleza.

<http://wwwnc.cdc.gov/travel/pdf/yellow-fever-vaccine-recs-brazil-2014.pdf>.

ALTO RIESGO en área amazónica para viajar y permanecer en ella por cierto tiempo.

- b. **MALARIA:** Consultar en su Centro de Vacunación Internacional para evaluar adecuadamente el riesgo y la posibilidad de uso de quimioprofilaxis: atavaquona + proguanil, doxiciclina o mefloquina.

➤ PREVENCIÓN INFECCIONES POR ALIMENTOS DIARREA DEL VIAJERO

- ✓ Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón, especialmente antes de comer y después de utilizar los sanitarios. Si el jabón y agua no están disponibles, utilizar alcohol en gel (con 70% de alcohol).
- ✓ Beber agua potable, embotellada o hervida, o bebidas gasificadas. Evitar el agua del grifo, de fuentes naturales y los cubitos de hielo.
- ✓ Usar agua potable incluso para el enjuague bucal.
- ✓ Comer frutas peladas y las verduras lavadas con agua potable o tratada con desinfectante (hipoclorito sódico-lejía).
- ✓ Asegurarse que los alimentos (huevos, carnes, mariscos y verduras) se cocinan completamente.
- ✓ Consumir sólo lácteos pasteurizados.
- ✓ Evitar el consumo de productos de procedencia casera sin controles sanitarios (quesos, embutidos y conservas)
- ✓ Evitar los zumos no envasados (naturales): suelen llevar agua y/o hielo.



- ✓ No comer alimentos comprados a vendedores ambulantes ni en puestos callejeros.
- ✓ Evitar los alimentos que se hayan mantenido a temperatura ambiente durante varias horas (comida no cubierta en los buffets, comida de la calle o de vendedores ambulantes).
- ✓ Generalmente las comidas y las bebidas (café, té) preparadas a más de 60°C son seguras

➤ **RECOMENDACIONES ENFERMEDADES TRANSMITIDAS SEXO, SANGRE O FLUIDOS CORPORALES.**

EVITAR:

- ✓ Piercings
- ✓ Tatuajes
- ✓ Acupuntura
- ✓ contactos sexuales inseguros. SIEMPRE PRESERVATIVO

Si síntomas de Zika usar preservativo hasta 28 días después del viaje o 6 meses si confirmado.

➤ **RECOMENDACIONES ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR ESQUISTOSOMA Y GUSANOS (ANQUILOSTOMA)**

- Prohibido bañarse en aguas dulces (lagos/ríos): riesgo de esquistosoma.
- No andar descalzos en arena de playa ni tumbarse sin toallas: riesgo de anquilostoma.